

บทความสุขภาพเด็กไทย

วันที่ 7 เมษายน ของทุกปีเป็น “วันอนามัยโลก” (World Health Day) ดังนั้น ประชาชนและทุกภาคส่วนของสังคมควรตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาพ ทั้งในเรื่องการควบคุม ป้องกัน แก้ปัญหาสุขภาพ และส่งเสริมด้านสุขภาพอย่างทั่วถึงและเท่าเทียมกัน ซึ่งวัยเด็กคือวัยที่เหมาะสมที่สุดในการสร้างรากฐานชีวิตที่มีสุขภาพ เพราะการมีพัฒนาการที่ดีสามารถที่จะต่อยอดการเรียนรู้ในอนาคต มีร่างกายและจิตใจที่พร้อมต่อการเจริญเติบโต หากกล่าวถึงสุขภาพ นอกจากความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาแล้ว อาจรวมถึง พฤติกรรมที่นำไปสู่สุขภาพที่ดี ได้แก่ การมีพฤติกรรมดำรงชีวิตที่เหมาะสม มีคุณภาพชีวิตที่ดี

“สุขภาพ หรือ Well-being” การดำรงชีวิตของบุคคลอย่างมีความสุข ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่โรคภัยไข้เจ็บเท่านั้น แต่รวมถึงการมีชีวิตที่มีร่างกายแข็งแรง จิตใจแข็งแรงสมบูรณ์ จากความหมายดังกล่าว อาจสรุปได้ว่า สุขภาพ คือ สภาพที่ปรากฏให้เห็นอย่างสมบูรณ์ร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญาที่เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล

จากสถานการณ์โควิด -19 ที่ผ่านมามีทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์เยาวชนมูลนิธิมหาราช การดูแลสุขภาพของเด็กในช่วงการระบาดโควิด-19 มีการปรับมิติของการดูแลที่แตกต่างไปจากเดิม เช่น การเว้นระยะห่างทางสังคม กล่าวคือไม่สามารถใกล้ชิดกันได้ และรูปแบบการรับประทานอาหารต้องปรับเปลี่ยนโดยรับประทานอาหารที่อาคารพัก การฝึกฝนเด็กให้ล้างมืออย่างถูกวิธี เพื่อป้องกันการติดเชื้อ และสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเอง เมื่อสถานการณ์เริ่มคลี่คลาย มาถึงจุดเปลี่ยนของสถานการณ์ อย่างไรก็ตาม การบริหารจัดการสถานการณ์ต้องเป็นไปด้วยความระมัดระวัง “เพื่อบรรเทาผลกระทบเชิงลบ” และยังคงมีความจำเป็นในระดับสูง ที่เด็กและเยาวชนต้องได้รับการดูแลเรื่องสุขภาพ จิตใจ และสังคมอย่างใกล้ชิด เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพของเด็กและเยาวชนให้มีการเจริญเติบโตอย่างเหมาะสมในการดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคม โดยใส่ใจวิธีป้องกันตัวเองและสังคมจากโรคติดต่อโควิด -19 (Covid-19) ด้วยการสร้างภูมิคุ้มกันอย่างสม่ำเสมอ เช่น ออกกำลังกายสม่ำเสมอ กินร้อนช้อนกลาง รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ อีกทั้งมีการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของพี่เลี้ยง ผู้ดูแลเด็ก และเจ้าหน้าที่ ในการช่วยดูแล และช่วยในการสอนวิธีการดูแลตนเองให้ถูกสุขอนามัย โดยมีกิจกรรมตามความถนัดของเด็ก ทั้งด้านกีฬาฟุตบอล กีฬาเทเบิลเทนนิส กีฬาแบดมินตัน กีฬาบาสเกตบอล เพื่อให้เด็กสนใจมีส่วนร่วมในการกระทำอีกทั้ง เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่เด็กมากที่สุด

ดังนั้น สุขภาพเด็กไทยเป็นสิ่งสำคัญที่การพัฒนาทั้งในปัจจุบันและอนาคต การปรับตัวให้เข้าทุกสถานการณ์ในยุค New normal การรับมือกับสถานการณ์ของความไม่แน่นอน แก้ไขปัญหาเฉพาะได้อย่างรู้เท่าทันสถานการณ์ในปัจจุบัน เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้รับการปกป้องและคุ้มครองสวัสดิภาพตามพระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก พ.ศ. 2546 โดยเด็กมีสิทธิได้รับการดูแลสุขภาพ การศึกษา นันทนาการ การฝึกอาชีพ การฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ การส่งเสริมความประพฤติที่เหมาะสม